



Institutul Național de Sănătate Publică

CAMPANIA DE PROMOVARE A SĂNĂTĂȚII MINTALE

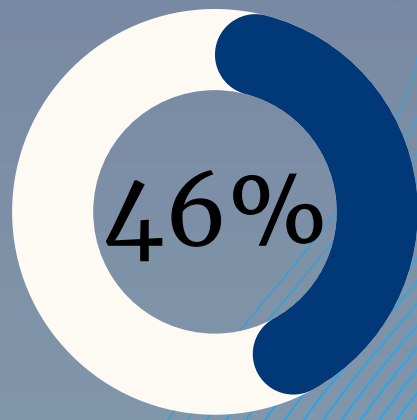


Ministerul Sănătății

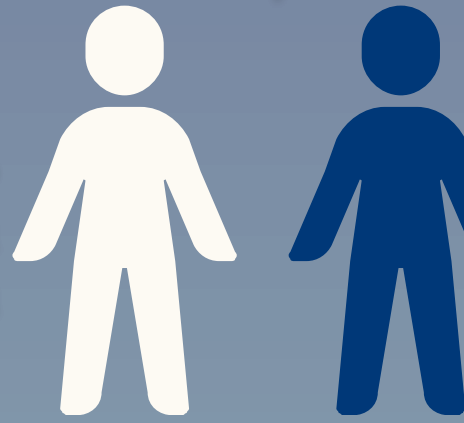
FII CONȘTIENT! VIAȚA TRĂITĂ ONLINE ARE CONSECINȚE OFFLINE!

Sănătatea mintală
Dependența digitală
Bunăstarea emoțională

Sănătatea mintală reprezintă o componentă fundamentală a sănătății individuale și a stării de bine, descriind nu numai absența bolii, ci și capacitatea unui individ de a se integra cu succes în viața familială, socială și profesională și include starea de bine subiectivă, funcționarea socială, reziliența și capacitatea de a face față stresului.



În sondajul Eurobarometru din octombrie 2023 privind sănătatea mintală, 46% dintre respondenți s-au confruntat în ultimele 12 luni cu o problemă emoțională sau psihosocială.



Unul din doi cetățeni care au avut o problemă de sănătate mintală nu a solicitat ajutor de specialitate.

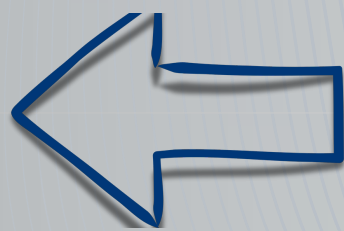
DISTRIBUȚIA GLOBALĂ A AFECȚIUNILOR MINTALE



ANXIETATE



DEPRESIE



DISTRIBUȚIE GLOBALĂ



1 DIN 8

Persoane la nivel global suferă de o tulburare mintală;

SUBTRATATE



71 %

Dintre persoanele cu psihoză nu primesc servicii de Sănătate Mintală;

SUBFINANȚATE



1,4 %

Din bugetul pentru Sănătate al țărilor cu venituri mici/medii sau mai puțin, se alocă Sănătății Mintale;

FRECVENȚA PROBLEMELOR DE SĂNĂTATE MINTALĂ PE GRUPE DE VÂRSTĂ



La nivel global, peste 1 miliard de oameni trăiesc cu tulburări de sănătate mintală, conform noilor date publicate de Organizația Mondială a Sănătății.

Dependența digitală se referă la utilizare compulsivă a:

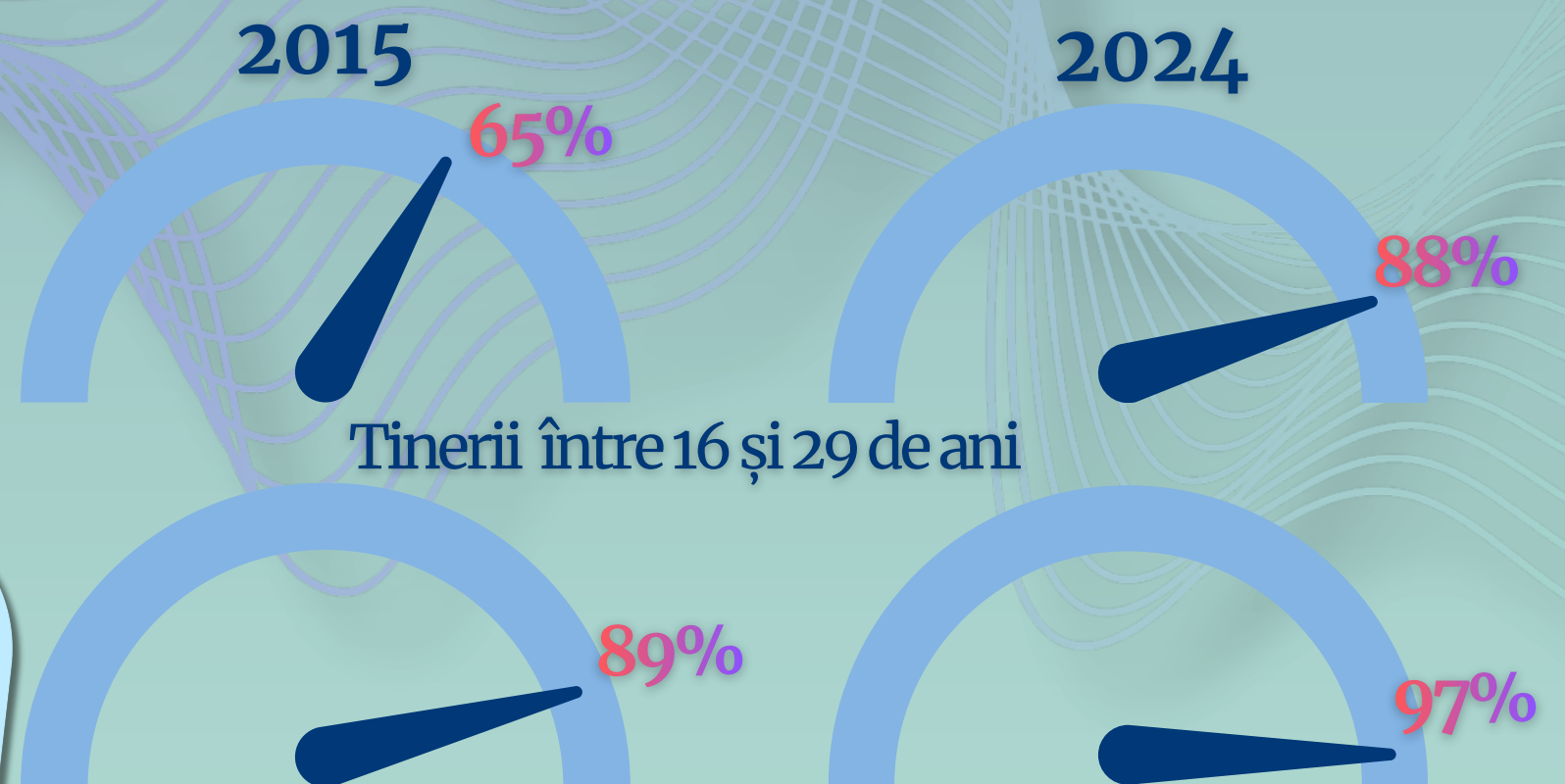
- Ecranelor
- Rețelelor sociale
- Jocurilor online
- Platformelor de streaming
- Platforme de AI sau VR

Copiii sunt expuși ecranelor de la vârste tot mai mici. Timpul petrecut online crește semnificativ pe măsură ce înainteză în vârstă:

Vârsta	Timp petrecut online
2 - 6 ani	început precoce
7 - 12 ani	2h 03min / zi
13 - 15 ani	2h 55min / zi
16 - 19 ani	5h 10min / zi



PROCENT DIN POPULAȚIA TOTALĂ CARE AU DECLARAT CĂ UTILIZEAZĂ INTERNETUL ZILNIC



INSP.GOV.RO

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății – pentru distribuție gratuită